FRANCE
& BELGIQUE

Commandes	du	mercredi	29/07	au	mardi	04/08/20
Livraisons	du	mardi	04/08	au	vendredi	07/08/20

BANANE FIGUE-POMME
DU CAMEROUN

Une petite banane dodue, délicieusement citronnée.

~~10,95 €/kg~~

-30 % 7,65 €/kg *à partir de 12 kg*

-22 % 8,50 €/kg *à partir de 6 kg*

-10 % 9,85 €/kg *à partir de 3 kg*

Cadeau-surprise
offert dans toutes les commandes de
100 €* et plus
*hors frais de port

COCO PAGODE LIGHT
DE THAÏLANDE

Très appréciée pour son jus abondant et chocolaté.

~~18,50 €/kg~~

-30 %

12,95 €/kg

à partir de 3 kg

Commande par téléphone au **+33 (0)1 64 60 21 11** *(tous les jours sauf le mardide 18 à 22 heures)*,
courriel : **serviceclient@orkos.com** ou fax : **+33 (0)1 64 60 21 01**

L'éveil des papilles, à la découverte des saveurs

L'homme a de tout temps, volontairement ou non, sélectionné les fruits les plus agréables à son palais, ne serait-ce que du fait de la plus grande dissémination des graines de ses fruits les plus consommés. Mais la sélection des saveurs les plus flatteuses, les efforts des chercheurs en agronomie pour éliminer toute trace d'amertume ou d'acidité n'ont-ils pas conduit à des excès ? On sait aujourd'hui que certains phytonutriments que recèlent les végétaux sont également de précieux alliés dans le maintien de la santé. Or ces nutriments se trouvent en plus grande concentration dans les variétés anciennes de fruits et de légumes que dans celles d'aujourd'hui, ce qui contraint à consommer de plus grandes quantités pour en obtenir un bénéfice égal. Ne serait-il pas plus sage de revenir à des variétés moins sélectionnées, aux saveurs moins faciles, mais combien plus intéressantes, car plus corsées, plus typées, plus riches en un mot... C'est pour cette raison que nous nous efforçons de maintenir dans notre gamme certains fruits plus sauvages ou des variétés plus locales, sources de plaisirs plus authentiques et garants d'une santé meilleure.

Le fruit de la saison

15,80 €/kg

GRENADILLE DU PÉROU

On trouve la grenadille dans différents pays à travers le monde, entre les deux tropiques, entre 900m et 2 500m d'altitude, car elle ne supporte pas les grosses chaleurs. Sa pulpe est croustillante, douce et parfumée. Celle du Pérou, actuellement en pleine saison, offre une bonne régularité.

Fruits du pays

	Pays		Prix unit.
Amande fraîche	Esp	P	9,80/kg
Cerise rouge	Esp	P	11,50/kg
Figue de Barbarie	Esp	P	10,60/kg
Kiwi Gold	New	S	11,70/kg
Kiwi Hayward	New	S	9,40/kg
Melon Canari	Esp	P	4,45/kg
Melon Piel de Sapo	Esp	P	5,10/kg
Myrtille bq 125g	Esp	S	2,75/p.
Nectarine jaune	Esp	P	6,95/kg
Pastèque	Esp	P	5,80/kg
Pêche jaune	Esp	P	7,40/kg
Pêche plate blanche	Esp	P	7,30/kg
Poire Conférence	Esp	P	7,35/kg
Pomme Fuji	Esp	P	5,40/kg
Raisin bl. Moscatel	Esp	P	8,90/kg

4,45 €/kg

Melon Canari

Sa chair blanche est juteuse, sucrée et très parfumée.

5,80 €/kg

Pastèque

De la fraîcheur dans votre assiette !

7,30 €/kg

Pêche plate blanche

Une excellente pêche, vous ne serez pas déçu !

6,95 €/kg

Nectarine Big Top

Cueillie à maturité, elle est savoureuse.

Baisses

Pomme Fuji	~~5,80/kg~~	5,40/kg	-7%
Coco Mûr Light	~~11,05/kg~~	9,95/kg	-10%
Coco sec	~~10,25/kg~~	9,95/kg	-3%

Légumes

	Pays		Prix unit.
Ail	Esp	S	9,40/kg
Artichaut blanc	Fra	S	7,70/kg
Bengkoang	Tha	P	14,90/kg
Betterave rge ronde	Fra	S	5,00/kg
Carotte	Esp	S	4,45/kg
Céleri branche	Esp	P	6,05/kg
Champignon de Paris	Pay	S	9,15/kg
Concombre long lisse	Esp	S	4,20/kg
Courgette verte	Esp	S	3,95/kg
Curcuma	Per	S	13,75/kg
Fenouil	Ita	P	6,35/kg
Gingembre	Per	S	10,15/kg
Maïs doux épis	Fra	S	2,15/p.
Navet violet	Fra	S	5,85/kg
Oignon jaune	Esp	S	3,90/kg
Patate douce rose	Esp	P	5,15/kg
Poivron pointu mini	Esp	P	5,45/kg
Poivron rouge	Esp	P	6,55/kg
Poivron rouge long	Esp	P	5,75/kg
Poivron vert	Esp	S	5,25/kg
Pomme de terre	Fra	S	4,15/kg
Radis noir	Fra	S	5,70/kg
Tamarillo orange	Per	P	15,80/kg
Tamarillo rouge	Cam	P	14,45/kg

Choux

	Pays		Prix unit.
Chou blanc	Pay	S	4,40/kg
Chou-fleur blanc	Pay	S	5,40/p.
Chou-rave vert	Fra	P	2,20/p.
Chou-rave violet	Fra	P	2,20/p.

Tomates

	Pays		Prix unit.
Tom.Coeur Boeuf rge.	Fra	P	9,10/kg
Tomate Cerise grappe	Ita	S	7,80/kg
Tomate Corazon v.	Esp	P	6,50/kg

Salades

	Pays		Prix unit
Iceberg	Esp	S	2,60/p.

2,15 €/p.

Maïs

Chair laiteuse et bien sucrée, en baisse cette semaine.

Agrumes

	Pays		Prix unit.
Citron	Esp	P	4,95/kg
Orange douce	Esp	P	4,45/kg
Orange Valencia Late	Esp	P	4,55/kg
Pomelo Rubis	Esp	P	5,55/kg

dès 14,45 €/kg

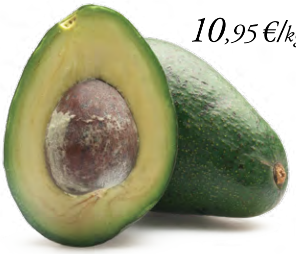
Tamarillo

Comme une tomate fondante et épicée.

dès 16,40 €/kg

Mangoustan

Dégustez la finesse de ses quartiers avant que sa coque ne durcisse.



10,95 €/kg

Avocat Torrox

Variété proche du Fuerte !

12,60 €/kg

Papaye Solo

Une petite papaye à la saveur intense.

12,60 €/kg

Fruit de la passion

De délicieux fruits à la chair bien croustillante !

Fruits exotiques

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Ananas Cayenne	Cam	P	11,40/kg	10,83/kg dès 6kg
Ananas Golden	Per	P	15,10/kg	14,35/kg dès 4kg
Ananas Que. Victoria	Tha	P	16,95/kg	16,10/kg dès 6kg
Arachide fr. coque	Cam	P	14,55/kg	13,82/kg dès 3kg
Avocat Antillano	Esp	P	11,40/kg	10,83/kg dès 4kg
Avocat Hass	Esp	P	12,65/kg	12,02/kg dès 4kg
Avocat Hass mini	Esp	P	9,55/kg	9,07/kg dès 4kg
Avocat Torrox	Esp	P	10,95/kg	10,40/kg dès 4kg
Banane Canaries	Esp	S	7,30/kg	6,94/kg dès 5kg
Banane figue-pomme	Cam	P	10,95/kg	10,40/kg dès 4kg
Banane Plantain	Cam	P	10,75/kg	10,21/kg dès 4kg
Banane Poyo	Per	S	5,20/kg	
Banane Rose	Cam	P	10,75/kg	10,21/kg dès 4kg
Cabosse de cacao	Cam	P	13,15/kg	12,49/kg dès 2kg
Canne à sucre	Esp	P	6,20/kg	5,89/kg dès 2kg
Coco Mûr Light	Tha	P	9,95/kg	9,45/kg dès 4kg
Coco Pagode Light	Tha	P	18,50/kg	17,58/kg dès 4kg
Coco sec	Cam	P	9,95/kg	9,45/kg dès 4kg
Drupe de palmier	Cam	P	14,90/kg	14,16/kg dès 1kg
Durian M-Thong 500g	Tha	P	29,95/p.	28,45/p. dès 4p.
Durian rustique 500g	Tha	P	29,95/p.	28,45/p. dès 4p.
Fruit de la passion	Cam	P	12,60/kg	11,97/kg dès 4kg
Fruit dragon blanc	Tha	P	19,90/kg	18,91/kg dès 3kg
Fruit du dragon rge	Esp	P	15,95/kg	15,15/kg dès 3kg
Grenadille	Per	P	15,80/kg	15,01/kg dès 3kg
Jaque	Oug	P	14,95/kg	14,20/kg dès 6kg
Jaque déc bq. 500g	Tha	P	12,80/p.	12,16/p. dès 6p.
Longane	Tha	P	19,40/kg	18,43/kg dès 2kg
Mangue Kent	Oug	P	14,50/kg	13,78/kg dès 4kg
Mangue Sweet	Oug	P	12,95/kg	12,30/kg dès 4kg
Maracuja violet	Esp	P	16,30/kg	15,49/kg dès 3kg
Noni bq.	Cam	P	18,50/kg	17,58/kg dès 2kg
Papaye rouge	Tha	P	16,10/kg	15,30/kg dès 4kg
Papaye Solo	Cam	P	12,60/kg	11,97/kg dès 4kg
Pepino	Esp	P	7,70/kg	7,32/kg dès 3kg
Ramboutan	Cam	P	12,95/kg	12,30/kg dès 3kg
Safou	Cam	P	17,95/kg	17,05/kg dès 3kg
Sapote Amarillo	Cam	P	15,65/kg	14,87/kg dès 2kg
Tamarillo orange	Per	P	15,80/kg	15,01/kg dès 2kg
Tamarillo rouge	Cam	P	14,45/kg	13,73/kg dès 3kg

Plantes digestives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Caroube 250g	Esp	P	2,65/p.	2,52/p. dès 12p.
Casse Fistula bâton	Ind	P	19,20/kg	18,24/kg dès 3kg
Casse Fistula décor	Ind	P	41,45/kg	39,38/kg dès 2kg
Réglisse 200g	Esp	P	8,70/p.	
Tamarin doux 1kg	Tha	P	20,85/kg	19,81/kg dès 3kg

12,80 €/500g

Jaque décortiqué

Chair jaune soleil à la saveur évoquant une tarte au citron.

Informations générales sur ce catalogue

Les articles de ce catalogue sont soumis aux conditions de vente d'Orkos (disponible par courriel, fax ou courrier sur simple demande). Les prix sont indiqués en euros, transport non compris. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.

Goûteuses beautés

19,90 €/kg

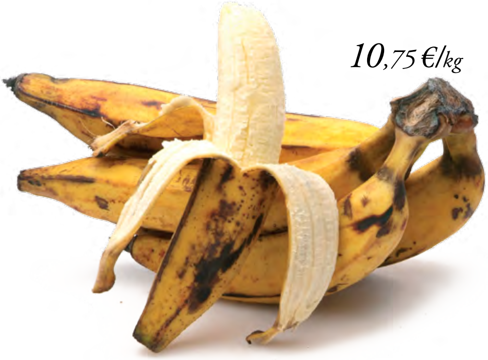
Fruit du Dragon

Aussi fondant qu'un sorbet parsemé de pépites...

14,50 €/kg

Mangue Kent

Très charnue, juteuse et abricotée... un délice.



10,75 €/kg

Banane Plantain

Bien mûre, elle prend des saveurs extraordinaires de confiture…

17,95 €/kg

Safou

S'il était plus connu, ce fruit aurait encore plus de succès que l'avocat !

11,40 €/kg

Ananas Cayenne

Goûtez la différence d'un ananas 100% naturel !

12,65 €/kg

Avocat Hass

Une variété à la hauteur de sa réputation !

Oléagineux

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Amande Ferraduel	Esp	P	9,25/kg	8,79/kg dès 5kg
Amande Ferragnès	Esp	P	9,40/kg	8,93/kg dès 5kg
Amande fraîche	Esp	P	9,80/kg	9,31/kg dès 3kg
Amande Marcona	Esp	P	9,00/kg	8,55/kg dès 5kg
Arachide sèche coque	Ira	P	14,05/kg	13,35/kg dès 5kg
Arachide violette	Per	P	16,95/kg	16,10/kg dès 5kg
Macadamia coque	Mex	P	16,90/kg	16,06/kg dès 5kg
Noisette cq Ennis	Cat	P	11,70/kg	11,12/kg dès 5kg
Noisette en coque	Ita	S	13,50/kg	12,83/kg dès 5kg
Noix en coque	Fra	P	11,90/kg	11,31/kg dès 5kg
Pistache en coque	Esp	P	29,05/kg	27,60/kg dès 5kg

9,00 €/kg

Amande Marcona en coque

À la fois tendre et croquante, fine et subtile, elle est considérée comme la meilleure variété d'amande.

Oléagineux décortiqués

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Am.déc.Ferragnès500g	Ita	P	15,25/p.	14,49/p.	dès 6p.
Am.déc.Supernova500g	Ita	P	14,80/p.	14,06/p.	dès 4p.
Amand.déc.Genco 500g	Ita	P	14,80/p.	14,06/p.	dès 6p.
Amandon décort 500g	Ira	P	12,20/p.	11,59/p.	dès 4p.
Arachi. déc.vio.500g	Per	P	9,85/p.	9,36/p.	dès 6p.
Arachide déc. 1kg	Ira	P	17,40/p.	16,53/p.	dès 3p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	6,20/p.	5,89/p.	dès 6p.
Kénari décort 250g	Ind	P	9,70/p.	9,22/p.	dès 8p.
Macadamia déc. 250g	Mex	P	11,70/p.	11,12/p.	dès 6p.
N.Brésil décort.250g	Per	P	8,30/p.	7,89/p.	dès 8p.
Noix décort 500g	Fra	P	19,95/p.	18,95/p.	dès 4p.
Pécan decort. 250g	Afr	P	10,85/p.	10,31/p.	dès 8p.
Pignon de cèdre 250g	Rus	P	11,95/p.	11,35/p.	dès 4p.
Pistache décort 500g	Esp	P	24,85/p.	23,61/p.	dès 4p.
Tournesol déc. 500g	Esp	S	4,95/p.	4,70/p.	dès 6p.

Graines

	Pays		Prix unit.
Amarante 500g	Per	P	7,45/p.
Graine de Chia 250g	Arg	P	8,40/p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	6,20/p.
Haricot azuki 500g	Chi	P	5,15/p.
Haricot mungo 500g	Chi	P	5,70/p.
Lin brun 250g	Kaz	P	6,40/p.
Quinoa 500g	Bol	P	9,70/p.
Riz doux 500g	Cal	P	8,55/p.
Sésame 500g	Oug	P	4,80/p.
Tournesol déc. 500g	Esp	S	4,95/p.

Olives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Olive d'Espagne 400g	Esp	P	14,95/p.	14,20/p.	dès 6p.
Olive Esp. mûre 400g	Esp	P	18,95/p.	18,00/p.	dès 6p.
Olive sèche 500g	Esp	P	14,45/p.	13,73/p.	dès 6p.

Algues séchées

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Cochay. entière 200g	Chi	P	20,55/p.	19,52/p.	dès 5p.
Cochayuyo sèche 80g	Chi	P	10,90/p.	10,36/p.	dès 10p.
Dulse sèche 100g	Fra	P	9,20/p.	8,74/p.	dès 10p.
Kombu roy. sèche100g	Fra	P	10,20/p.	9,69/p.	dès 10p.
Wakame sèche 100g	Fra	P	11,45/p.	10,88/p.	dès 10p.

Testsets et packs

	Pays		Prix unit.
Pack Découverte 3kg	Fra	P	37,95/p.
Pack Découverte 6kg	Fra	P	75,90/p.
Pack Tropical 4kg	Fra	P	44,95/p.
Pack Tropical 8kg	Fra	P	89,90/p.

(Mélange de fruits et légumes frais ou secs originaires de l'UE et de pays extérieurs de l'UE)

Astuce conservation d'été.

À la saison chaude, les légumes-feuilles sont plus délicats à conserver. Une bonne astuce consiste à les enrober individuellement d'un linge et de mettre le tout dans un sac plastique au réfrigérateur. Le linge permet d'absorber le surplus d'humidité et le sac plastique d'éviter que les légumes se dessèchent. Ils demeurent ainsi frais plus longtemps.

Pour certains fruits coupés, si vous les placez dans un endroit frais, sec et suffisamment aéré, ils s'assèchent légèrement au niveau de la coupure au lieu de pourrir, à condition que les coupes soient bien planes et exécutées avec soin. Une pastèque, une papaye, un jaque, etc. peuvent ainsi se conserver d'un jour sur l'autre et être consommés en plusieurs fois.

Mangue Emeraude séchée

Chair concentrée et séchée à pleine maturité.

Pollen

	Pays		Prix unit.
Pollen Espagne 225g	Esp	P	10,95/p.
Pollen Espagne 450g	Esp	P	22,00/p.

Miels en rayon

	Pays		Prix unit
Bruyère rayon 500g	Esp	P	11,90/p.
Oranger rayon 500g	Esp	P	12,40/p.
Pain d'abeille 250g	Esp	P	8,15/p.
Romarin rayon 500g	Esp	P	13,60/p.
Toutes fleurs 500g	Esp	P	12,65/p.

Autres

	Pays	Prix unit.
Casse-noix cube	Fra	19,50/p.
Grille déshy. inox	Fra	32,00/p.
Kit sculpture fruits	Fra	35,15/p.
Râpe coco manivelle	Sri	24,10/p.

Soins pour la peau

	Pays		Prix unit.
Aloe Vera feuille	Esp	P	17,95/kg
Argile blche.ventilé	Fra		7,35/p.
Argile jne. Ventilée	Fra		7,20/p.
Argile v.concas.500g	Fra		5,35/p.
Argile v.Illite 500g	Fra		6,65/p.
Ghassoul 1kg	Mar		7,95/kg
Ghassoul poudre 500g	Mar		5,70/p.

Cacao sec pulpe

Séché encore enrobé de sa fine couche de chair blanche.

Fruits secs

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Ananas séché 250g	Cam	P	9,30/p.	8,84/p.	dès 6p.
Baie de goji 250g	Chi	P	13,30/p.	12,64/p.	dès 8p.
Banane G.Michel 250g	Cam	P	6,30/p.	5,99/p.	dès 8p.
Banane Plantain 250g	Cam	P	5,35/p.	5,08/p.	dès 8p.
Cacao sec pulpe 200g	Cam	P	6,60/p.	6,27/p.	dès 5p.
Caroube 250g	Esp	P	2,65/p.	2,52/p.	dès 12p.
Figue bl.Col Dame ½k	Esp	P	6,65/p.	6,32/p.	dès 10p.
Figue persane 500g	Ira	P	10,45/p.	9,93/p.	dès 10p.
Jaque séché 100g	Cam	P	4,40/p.	4,18/p.	dès 4p.
Kaki sec 250g	Esp	P	15,20/p.	14,44/p.	dès 6p.
Mangue Emeraude 250g	Cam	P	10,85/p.	10,31/p.	dès 8p.
Mûre blanche 250g	Ira	P	7,55/p.	7,17/p.	dès 10p.
Oignon 250g	Bur	P	5,50/p.	5,23/p.	dès 4p.
Papaye Solo 250g	Cam	P	9,80/p.	9,31/p.	dès 4p.
Pêche séchée 250g	Ira	P	5,20/p.	4,94/p.	dès 8p.
Raisin brun 500g	Ira	P	8,05/p.	7,65/p.	dès 4p.
Raisin n. Shani 500g	Ira	P	8,90/p.	8,46/p.	dès 4p.
Tamarin doux 1kg	Tha	P	20,85/kg	19,81/kg	dès 3kg
Tomate séchée 250g	Esp	P	6,50/p.	6,18/p.	dès 4p.

Miels en pot

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Acacia	Ita	P	12,35/p.	11,73/p.	dès 6p.
Amandier	Esp	P	9,70/p.	9,22/p.	dès 6p.
Bruyère	Esp	P	9,50/p.	9,03/p.	dès 6p.
Cantueso	Esp	P	9,60/p.	9,12/p.	dès 6p.
Châtaignier	Ita	P	10,95/p.	10,40/p.	dès 6p.
Chêne liquide	Esp	P	9,70/p.	9,22/p.	dès 6p.
Citronnier	Esp	P	9,20/p.	8,74/p.	dès 6p.
Eucalyptus	Ita	P	9,35/p.	8,88/p.	dès 6p.
Forêt liquide	Esp	P	8,80/p.	8,36/p.	dès 6p.
Lavande	Esp	P	9,55/p.	9,07/p.	dès 6p.
Montagne liquide	Esp	P	8,90/p.	8,46/p.	dès 6p.
Néflier	Esp	P	9,75/p.	9,26/p.	dès 6p.
Oranger	Esp	P	9,85/p.	9,36/p.	dès 6p.
Romarin	Esp	P	9,45/p.	8,98/p.	dès 6p.
Thym	Esp	P	9,45/p.	8,98/p.	dès 6p.
Toutes fleurs	Esp	P	8,90/p.	8,46/p.	dès 6p.

Pots de 500 g.

Dattes

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Barhi 2nd choix	Ira	P	6,00/kg	5,70/kg	dès 5kg
Deglet-Nour 1kg	Tun	P	17,20/p.	16,34/p.	dès 5p.
Medjool cristal. 1kg	Cal	P	22,95/p.	21,80/p.	dès 5p.
Medjool Jumbo 1kg	Cal	P	27,80/p.	26,41/p.	dès 5p.
Piarom 1kg	Ira	P	18,95/kg	18,00/kg	dès 5kg
Shahani 1kg	Ira	P	17,35/p.	16,48/p.	dès 5p.
Zahidi 1kg	Ira	P	15,40/p.	14,63/p.	dès 5p.

Quantité minimale : 1 kg

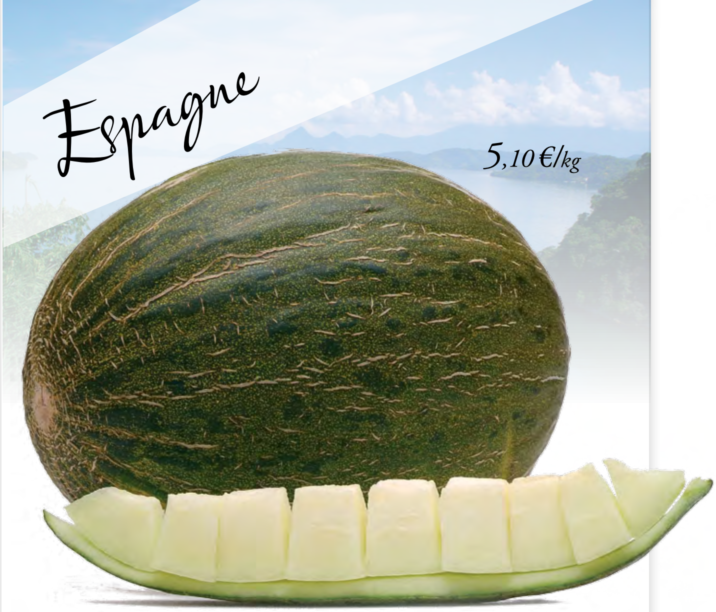
Fruits exotiques *(suite)*

16,95 €/kg

Ananas Queen Victoria
Une explosion de saveurs !

12,95 €/kg

Ramboutan
Adoré des petits comme des grands !



MELON PIEL DE SAPO
Le Piel de Sapo pèse approximativement 3 kg et se conserve particulièrement bien.

13,15 €/kg

Cabosse de Cacao
On croirait manger du chocolat noir aux fruits.

16,30 €/kg

Maracuja violet
Cocktail vitaminé !

10,75 €/kg

Banane Rose
Variété riche en goût !

COMMANDES	LIVRAISONS FR	LIVRAISONS BE	BANQUE
Courriel : serviceclient@orkos.com **Tél. :** +33 (0)1 64 60 21 11 *(entre 18 h et 22 h)* **Fax :** +33 (0)1 64 60 21 01	Forfait DPD : **10,95 €** Forfait GLS : **12,95 €** Forfait TNT : **21,95 €**	Forfait DPD : **11,95 €** Forfait UPS : **13,95 €** Forfait GLS : **15,95 €**	**France: Crédit du Nord** **IBAN:** FR76 3007 6022 7711 4756 0020 027 **BIC:** NORDFRPPXXX **Belgique: Crédit agricole** **IBAN:** BE54 1030 2263 3097 **BIC:** NICABEBBXXX

P = ***Orkos-Prestige*** : toutes les garanties Orkos, contrôlées depuis le producteur jusqu'au consommateur.
S = ***Orkos-Sélection*** : produit sélectionné parmi les meilleurs du marché, selon les critères Orkos.
Les prix sont indiqués en euros, transport non compris. Conditions de vente par courriel, fax ou courrier sur simple demande. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.
Adresse : Orkos – 9, rue du Château – 77650 Soisy-Bouy, France.

All: Allemangne, Afr: Afrique du Sud, Ara: Arabie Saudite, Aus: Australie, Bol: Bolivie, Bul: Bulgarie, Bur: Burkina Faso, Cam: Cameroun, Chi: Chine, Esp: Espagne, Fra: France, Ind: l'Indonésie, Ira: Iran, Ita: Italie, Kaz: Kazakhstan, Mar: Maroc, Mol: Moldavie, Nig: Nigeria, Oug: Ouganda, Pay: Pay-Bas, Per: Pérou, Phi: Philippines, Rep: République dominicaine, Rus: Russie, Sri: Sri Lanka, Tha: Thailande, Tun: Tunisie, Tur: Turquie

Les produits suivants peuvent provoquer des allergies ou des intolérances : arachide, seigle, avoine, épeautre, amande, noisette, noix de pécan, macadamia, noix, noix de cajou, pistache, céleri branche et céleri rave, sésame et moutarde.